

< 3 > -3 健やかな暮らしを育むささえあい社会の構築

331 健康づくりの推進

33101 健康づくり活動の推進

(主担当:保健衛生室 健康増進課)

主な取組内容

1. 市町村、企業、学校、NPOならびに医師会等関係団体に対し、健康づくり活動の協働体制を確立するための働きかけを積極的に行っていきます。
2. 社会情勢に応じた地域保健活動を推進するため、地域や関係団体等の健康づくり担当者に対する研修を実施し、支援します。

1 「ヘルシーピープルそういん・21」地域・職域連携推進事業

生活習慣病の急増する中、地域保健と職域保健が連携し、健康教育、健康相談、健康診査等の保健事業による一生涯を通じた効果的・効率的な保健事業の展開が求められている。

そこで、桑名地域では、平成17年度から、住民、企業、関係団体、行政等から構成する「『ヘルシーピープルそういん・21』地域・職域連携推進協議会」を設置し、健康なまちづくり及び地域活性化を目標に、地域保健と産業保健の連携による健康づくりのネットワーク構築に取り組んできた。

(1) 地域・職域連携推進協議会

ア 第1回地域・職域連携推進協議会 平成21年8月27日(木)

平成21年度事業方針および事業計画について
講義「特定健診・特定保健指導の実施状況と課題について」
特定健診・特定保健指導についての情報交換

イ 第2回地域・職域連携推進協議会 平成22年3月11日(木)

平成21年度事業報告
平成22年度事業計画について

(2) プロジェクトチーム会議

「特定健診・特定保健指導」を活かした健康づくりを推進するために具体的な事業の企画や実施に向けてプロジェクトチームで協議を重ねた。情報交換や共有化をしていく中でメンバー間の共通認識と情報内容の充実を図るとともにネットワークを構築することができた。

ア 第1回プロジェクトチーム会議 平成21年9月24日(木)

各職場の状況について情報交換
今年度事業の取り組みについて協議

イ 第2回プロジェクトチーム会議 平成21年12月10日(木)

講義「歯周病と全身疾患との関わりについて」
口腔ケアをテーマとした具体的取組みについて協議

ウ 第3回プロジェクトチーム会議 平成22年2月25日(木)

啓発媒体の作成について
平成22年度の取組みについて協議

エ 地域・職域連携推進協議会 平成22年3月11日(木)

平成21年度事業について報告と平成22年度の取組み案の提出

(3) 出前講座・出前相談の実施

昨年度プロジェクトチームで開発した啓発媒体を活用して、メタボリックシンドロームの予防を中心とした生活習慣病予防の啓発を行った。桑員地域の住民、事業所、関係者等に対して食生活及び運動をテーマとした生活習慣改善について広く周知を図ることができた。

ア 出前相談

日時 平成21年11月7日 10:00～15:00
協力先 社団法人 桑名法人会
場所 桑名市民会館 展示室
対象者 法人会会員、地域住民
内容 「ヘルシーピープルそういん・21」健康相談
結果 相談数 42件

イ 出前講座

月日	内容	参加者
平成21年8～12月中	元気づくり体験	12回 延べ97名
平成21年8月21日	いきいきヘルスアップ教室	18名
平成21年10月24日	いなべ市民感謝祭	約50名
平成22年1月29日	木曾岬町メタボリックシンドローム予防教室	7名

ウ 広報活動

木曾岬町広報1月1日号
桑名市広報2月1日号 に募集記事の掲載

(4) 「特定健診・特定保健指導」等の情報提供・情報共有

「特定健診・特定保健指導」に関する情報提供や健康づくりにおける取組み課題である「口腔ケア」についての知識を深め、共通認識を得るための勉強会を実施した。

ア 講座の開催

開催日	開催場所	対象	内容
平成21年 8月27日	桑名庁舎 第一会議室	協議会委員 及びPJチーム 委員30名	講義「特定健診・特定保健指導の 実施状況と課題について」 講師：三重県国民健康保険団体連 合会 堀 健次氏

イ 勉強会の開催

開催日	開催場所	対象	内容
平成21年 12月10日	桑名庁舎 衛生教育室	PJチーム委員 及び市町関係 者10名	講義「歯周病と全身疾患との関わり について」 講師：三重県歯科医師会桑員支部 高阪 雅裕氏

(5) 啓発媒体の作成

地域・職域連携で取り組む共通のテーマ「口腔ケア」に関し、実務者が活用しやすい啓発媒体を作成した。

講座名「ポッコリからスッキリ・メタボ講座ーメタボ予防はお口からー」

2 たばこ対策

たばこ対策について普及啓発を行うとともに、関係者が積極的に取り組んでいけるよう支援を行います。

また、地域の実情に応じた受動喫煙防止対策、禁煙支援を実施し、たばこ対策を推進します。

(1) 啓発活動

ア 「世界禁煙デー」「禁煙週間」の啓発

1) 世界禁煙デー街頭キャンペーンの実施

日時 平成21年5月29日 午前7時40分～8時20分

場所 JR東海桑名駅前ロータリー

内容 ポケットティッシュ500個 配布

2) 関係機関へ啓発グッズ(ポケットティッシュ)の配布 1000個

配布先 管内医師会、管内薬剤師会、食品衛生関係者、庁舎来庁者 等

(2) 受動喫煙防止対策

ア 「たばこの煙のないお店」認証制度

平成18年6月から県が食品衛生協会に委託を行い、県内全域で実施している「たばこの煙のないお店」認証制度により、飲食店での受動喫煙防止を啓発した。

管内認証店 50店舗(平成22年3月現在)

(3) 禁煙支援

ア ホームページで禁煙治療に保険が使える医療機関情報の公表

<http://www.pref.mie.jp/WHOKEN/HP/tabaco/tabakotaisaku.htm>

イ 健康相談・啓発の実施

開催日・場所	内容	参加者
平成22年1月24日 菰野町健康福祉センター	受動喫煙防止等啓発 たばこクイズ・禁煙相談	女性の健康フェア 来場者 約50名

33102 食環境の整備

(主担当:保健衛生室 健康増進課)

主な取組内容

1. 生活習慣病予防に向け、健康的な食生活が実践できるよう、「みえの食生活指針」等による啓発、栄養に関する指導者等の人材育成などの食育推進に取り組みます。
2. 給食施設を運営する事業者や「健康づくりの店」等と協働して、健康に配慮した食の提供を行うなど、食環境の整備を進めます。
3. 市町栄養士の育成をはかるとともに、食に関するボランティアの育成とネットワークづくりを行い、地域に根ざした栄養改善活動を行います。

1 健康食育推進事業

幅広い世代を対象とした健康的な食習慣の形成にむけて、食事バランスに対する理解や「食事バランスガイド」を活用した取組等をはかり、多様な主体と協働した食育活動や県民のライフステージに応じた食環境づくりを推進します。

(1) 給食施設数及び指導状況

健康増進法第22条に基づき、特定多数人に対して継続的に食事を提供する施設の栄養改善指導を実施した。

ア 巡回指導

	特定給食施設	一般給食施設	計
施設数	111	81	192
指導施設数	34	29	63

(2) 地区組織活動支援状況

地域における食生活改善のボランティアとして活躍している食生活改善推進員の地区組織活動の円滑な運営が行われることを目的に支援を行った。

ア 食生活改善推進員研修会

開催日	開催場所	参加人員	内容
平成21年 4月2日	朝日町 保健福祉センター	朝日町食生活改善推進協議会 60名	講座 「ポッコリからスッキリ・メタボ講座」
平成21年 5月11日	四日市庁舎	四日市食生活改善推進連絡協議会 150名	講義 「新型インフルエンザ」

イ 活動支援 20回

(3) 地域活動栄養士活動支援状況

市町の栄養改善・健康づくりを市町栄養士とともに担っている地域活動栄養士に対し、資質向上のための支援を行った。

ア 研修会

開催日	開催場所	参加人員	内容
平成21年 4月15日	桑名庁舎	三重県地域活動 栄養士桑名支部 11名	講義 「新型インフルエンザ」

イ 活動支援 21回

(4) 市町栄養改善支援状況

市町栄養士の資質向上と栄養改善施策の充実を図るために業務検討や情報交換等を行うとともに必要な技術支援を行った。

ア 業務検討会

月 日：平成21年5月11日、7月6日、9月14日、11月9日、平成22年3月1日

場 所：桑名庁舎

対 象：管内市町栄養士 延べ49名

イ 技術支援

開催日	開催場所	参加人員	内容
平成21年 7月10日	朝日町 保健福祉センター	栄養教室受講者 20名	講義 「健康日本21」

(5) 栄養士職域ネットワーク研究会

住民の各ライフステージにおいて、食生活指導や栄養管理を担う管理栄養士及び栄養士の連携と資質の向上を推進し、給食施設の円滑な運営や地域の食生活上の問題を連携して取り組む地域栄養改善を展開することにより、住民の健康増進と生活習慣病予防を図ることを目的に、研究会を実施している。

ア 栄養士職域ネットワーク委員会

開催日	開催場所	参加人員	内容
平成21年 7月27日	桑名庁舎衛生教育室	委員7名	役員改選 21年度活動計画の検討
平成22年 2月19日	桑名庁舎衛生教育室	委員5名	研究会ホームページの活用について 研究会情報交換・発信の方法について

イ 情報発信

朝食欠食予防メニューのホームページでの情報発信。

<http://www.pref.mie.ip/WHOKEN/HP/eiyounw/UDtop.htm>

(6) 食事バランスガイド地域協働啓発事業

日時	事業名(協働先)	内容	対象者
平成21年 10月2日	活動交流会 (コープみえ)	啓発	約100名
11月27日 11月30日 12月9日 12月11日	調理師講習会 (調理師会)	講義(食事バランスガイド)	39名 36名 78名 33名
年間	健康づくり応援の店	巡回時の啓発	30店舗

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

1日分

- 5-7 主食(ごはん、パン、麺)**
ごはん1杯(中盛り)だったら4杯程度
- 5-6 副菜(野菜、きのこ)**
野菜料理3品程度
- 3-5 主菜(肉、魚、卵)**
肉・魚・卵・大豆料理から3品程度
- 2 牛乳・乳製品**
牛乳だったら1杯程度
- 2 果物**
みかんだったら6個程度

※水分量は、年齢・性別・活動量で異なる

料理例

1品	ごはん(中盛り) 1杯、味噌汁 1杯、納豆 1杯、お茶
15品	ごはん(中盛り) 1杯、味噌汁 1杯、納豆 1杯、お茶、お豆腐 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯
1品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)
2品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)
1品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)
3品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)
1品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)
2品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)
1品	お肉(野菜) 1杯、お肉(きのこ) 1杯、お肉(果物) 1杯、お肉(乳製品) 1杯、お肉(大豆) 1杯、お肉(魚) 1杯、お肉(豚) 1杯、お肉(牛) 1杯、お肉(鶏) 1杯、お肉(卵) 1杯、お肉(豆腐) 1杯、お肉(味噌汁) 1杯、お肉(納豆) 1杯、お肉(お茶)

※お肉はサービング(標準)の量を単位に記す

33103 こころの健康づくりの推進

(主担当:保健衛生室 健康増進課)

主な取組内容

1. 県民がこころの健康づくりの重要性を認識し、自ら実践することができるようにするため、こころの健康に関する啓発をおこないます。
2. 身近なところでこころの健康づくりを支援できるよう、職域、学校、地域機関等と協働して、支援体制を整備します。

1. 自殺予防対策研修会

目的： 県民の理解と関心を高め、ひいてはお互いが支え合える環境づくりを目指す。

対象： 一般市民、三重県公衆衛生協会員（保健・福祉・医療関係者）

日時	内容	場所	受講者
平成22年 1月8日（金）	講義 「大家族・支え愛・見守り愛・励まし愛」 講師 西川 ヘレン 先生	桑名市民会館 小ホール	318名

2. 啓発活動事業

日時	内容	場所
平成21年 9月10日（木）	「自殺予防週間」街頭啓発 ①自殺予防週間の呼びかけ ②啓発グッズの配付、のぼり掲示	JR東海桑名駅前 ロータリー近隣
平成21年 9月10日（木）～ 9月16日（水）	「自殺予防週間」のぼり掲示	保健所玄関ホール

33105 健診・相談等サービス体制の整備

(主担当:保健衛生室 健康増進課、総務企画課)

主な取組内容

1. 壮年期からの健康づくりと生活習慣病の予防、早期発見のため、市町が実施する健康増進事業の運営支援を行います。

1. 健康増進事業

(1) 健康増進法に基づき市町が行う健康増進事業実施状況

		計	桑名市	いなべ市	木曾岬町	東員町	菰野町	朝日町	川越町
新規健康手帳 交付数	75歳以上 (人)	260	30	135	0	0	9	23	63
	40～74歳 (人)	5,335	3,330	955	50	0	536	227	237
健康教育 指導	個別開始 (人)	0	0	0	0	0	0	0	0
	集団 (回)	200	69	83	22	9	3	14	0
健康相談 開催回数	重点 (回)	594	0	0	37	0	508	36	13
	総合 (回)	458	237	7	16	5	153	25	15
健康診査	受診人員 (人)	60	29	5	1	0	3	4	18
歯周疾患検 診	受診人員 (人)	0	0	0	0	0	0	0	0
骨粗鬆検診	受診人員 (人)	520	152	82	0	152	77	37	20
機能訓 練	実施回数 (回)	118	97	0	21	0	0	0	0
	訓練実施延人員 (人)	324	190	0	134	0	0	0	0
訪問指導延人数 (人)		297	14	1	64	0	68	42	108

衛生行政報告例から